

ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ МОЛОДЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ДОСТИЖЕНИЕ ВЫСОКИХ РЕЗУЛЬТАТОВ НА СОРЕВНОВАНИЯХ

Мотивация спортсменов играет важную роль при достижении высоких соревновательных результатов. В статье рассматриваются факторы, формирующие мотивацию молодых спортсменов на занятия спортом. Отмечено, что основными мотивами является стремление достигнуть наивысших результатов, благодаря выполнению в полной мере установок тренера. Однако реализовать в полной мере поставленные цели удается 47% молодых спортсменов. Препятствует достижению планируемых результатов недопонимания требований тренера и неумение управлять в должной мере работой своего организма во время соревнования. Также мешает излишняя самоуверенность, низкий настрой на конкретное выступление и рассеянность.

Ключевые слова: мотивация, соревновательная деятельность, спортивные достижения, молодые спортсмены, мотивация молодых спортсменов.

Основными факторами, определяющими человеческую активность, является потребности в самореализации и самоутверждении. Уже в раннем детстве, а затем в подростковом возрасте индивиды стремятся продемонстрировать в различных сферах жизнедеятельности свои способности к получению высоких результатов [3]. Таковыми могут быть особые успехи в учебе, художественном творчестве, занятиях различными видами спорта. Проявляется склонность человека и к соревновательности, как способу выделения себя среди других людей, демонстрации своей индивидуальности. Наиболее ярко ориентация на постоянное утверждение своего превосходства над окружающими проявляется в тех, кто занимается спортом.

Спортивная деятельность связана с максимальным выявлением физических и духовных сил, специальных умений и навыков, развитием моторных способностей, постоянным поддержанием их на высоком уровне, а также с резко выраженным сознательным характером, что объясняется чувством большой ответственности и стремлением достигнуть наиболее эффективного результата [1]. Занятия спортом нацелены, во-первых, на приобретение во время тренировок специальных знаний, навыков, позволяющих превзойти соперников. Во-вторых, на выработку умения сконцентрировать свои силы, волю во время самой борьбы на соревнованиях. В-третьих, формирование установки на постоянное повышение результатов, чтобы доказать свое превосходство на местных, региональных, всероссийских, континентальных и мировых первенствах.

Для современного спорта характерен постоянный рост спортивных достижений. Они зависят от целого ряда факторов: внедрение новых средств и методов тренировки, совершенствование спортивного инвентаря и оборудования, одежды, обуви, использование новых приемов повышения работоспособности спортсмена. При этом ведущая роль принадлежит системе мотивации деятельности, направленной на достижение высших результатов в разного рода соревнованиях [4].

В начале 2016 года нами было проведено социологическое исследование, целью которого было изучение факторов, влияющих на утверждение ориентаций и установок молодых спортсменов 15-17 лет на высшие достижения во время различных соревнованиях. Были опрошены методом анкетирования подростки, занимающиеся в детско-юношеских спортивных школах г. Магнитогорска в секциях спортивной и художественной гимнастики, настольного тенниса, легкой атлетики и борьбы.

В ходе исследования выяснилось, что 87% опрошенных перед каждым соревнованием ставят перед собой цель максимально раскрыть свои способности к получению высокого результата: стать победителем или призером. Однако реализовать в полной мере поставленные цели удается 47% опрошенных спортсменов. Причинами несовпадения итогов

соревнований с планами молодых людей являются недопонимания требований тренера и неумение управлять в должной мере работой своего организма. В частности, мешает излишняя самоуверенность, а также, неорганизованность, низкий настрой на конкретное соревнование и рассеянность (рис.1).

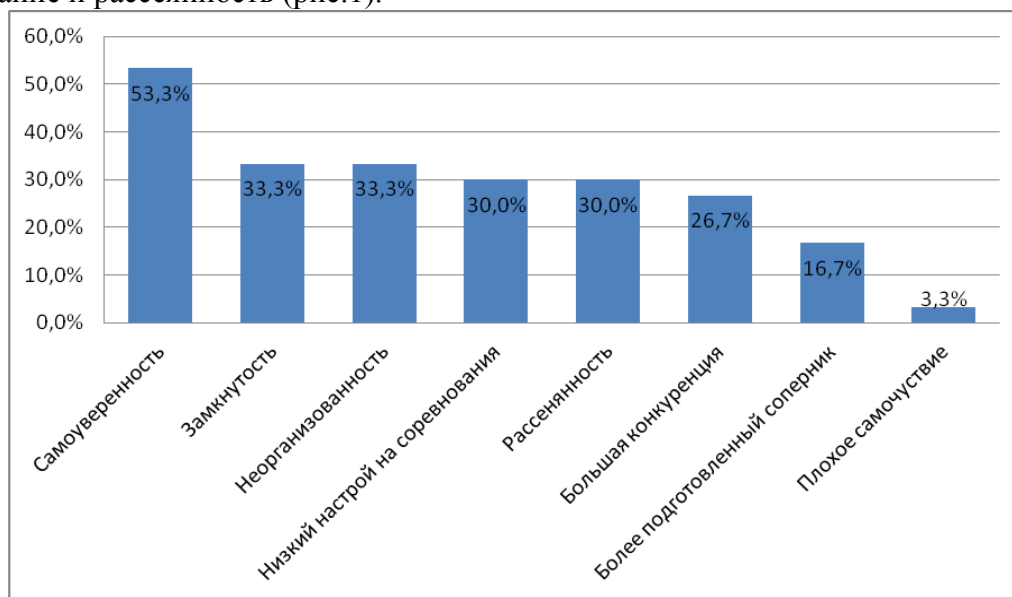


Рис.1 Как Вы считаете, что мешает спортсмену достичь высоких результатов в спорте?,%

Самоуверенность является следствием того, что подростки не всегда осознают роль той работы над своими физическими и психическими способностями, которые обеспечивают получение желаемого результатам. Более, чем в половины опрошенных, в подсознании доминирует установка на то, что они обязательно сумеют победить противника. При этом осознание того, благодаря каким знаниям, умениям, они смогут достичь этой цели, не происходит. Появляется завышенная самооценка, существенно снижающая уровень готовности организма в активной борьбе за утверждение превосходства над соперником. Гордыня снижает степень организованности и настрой на максимальную самореализацию в процессе соревнования. Следовательно, мотивация на успех не подкрепляется мотивацией на освоение тех методов работы над собой, своей психикой, которые позволяют подросткам максимально полно подготовиться к борьбе за высшие результаты.

Исследование показало, что значимость данного фактора достижения победы не осознается молодыми спортсменами. Они считают, что главным является выполнение всех указаний тренера и вера в победу. Основная ответственность перекладывается на наставника, а не на себя, что явно снижается степень готовности к борьбе за высшие результаты. С одной стороны, действительно, в совместной работе тренера и спортсмена рождаются высокие достижения. Не выполняя требований тренера, не доверяя ему, спортсмен не сможет двигаться дальше по «лестнице успеха». С другой стороны, не владея методами самоподготовки к соревнованиям, он снижает уровень готовности своего организма к ним. Он неуверенно выступит на важном старте, не сможет справиться с эмоциями, волнением. Эту систему взаимозависимых факторов не в полной мере осознают опрошенные молодые спортсмены (рис.2).

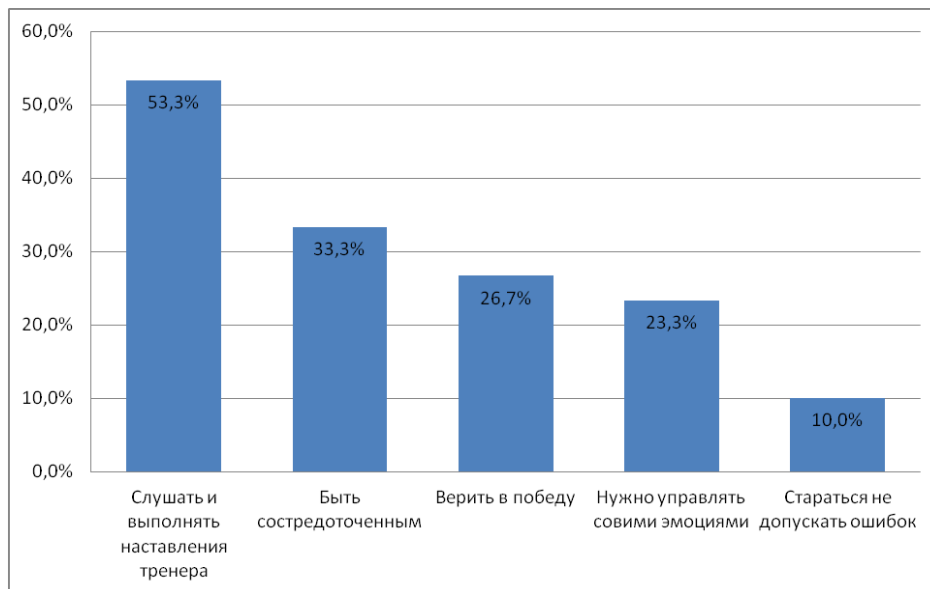


Рис.2 Как следует бороться с тем, что мешает достигнуть хороших результатов?,%

На основе проведенных исследований сделаем вывод о том, что система мотивации молодых спортсменов должна включать как освоение специальных знаний о том, как успешно выполнить то или иное упражнение, приобретение личного опыта его выполнения в процессе тренировок, но и постоянное преодоление гордыни, ведущей к самоуверенности, препятствующей мобилизации всех психофизических сил организма на активную борьбу за высший результат. Работа над собой требует не только помощи со стороны психолога, тренера, но и в первую очередь познания своей индивидуальности, изменения самооценки с завышенной на нормативную, возникающую тогда, когда личность гордится способностью преодолеть трудности с целью достижения желаемого успеха. Он приходит не как следствие природной предрасположенности к определенному виду спорта, и в процессе постоянного преодоления лени, неорганизованности, излишней нервозности, рассеянности и т.п. Благодаря достижению высоких спортивных результатов молодые спортсмены поднимаются на совершенно другой уровень, они становятся профессионалами. Занимаясь любимым делом, они одновременно зарабатывают и повышают престиж всей страны, получают всеобщее признание.

Список литературы

1. Кузнецов, В.В. и др. Основные теоретические предпосылки совершенствования управления системой подготовки высококвалифицированных спортсменов. // Совершенствование системы подготовки спортсменов. / Сб. науч. тр. ВНИШК за 1976г. М. - 1979.
2. Набатникова, М.Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов. - М.: Физкультура и спорт. - 1982.
3. Маслоу А.Г. Мотивация и личность. - Нью-Йорк, 2001.
4. Солнышкин О.В. О концепциях профессионального спорта. Теория и практика физической культуры. – 2001. - № 11.

A. N. Elfimova

FEATURES OF MOTIVATION OF YOUNG ATHLETES TO ACHIEVE HIGH RESULTS AT COMPETITIONS

The motivation of athletes plays an important role in achieving highly competitive results. The article discusses the factors that motivate young athletes to the sport. Modern sport is characterized the constant growth of sport achievements. In each individual sport or discipline throughout the history of their development has been uneven dynamics of achievements. In some disciplines the

results get a sharp jolt and increase in other slowly and gradually grow. It all depends on a number of factors. Noted that the main motives is the desire to achieve the best results by doing full installations of the coach. However, to realize fully the goal fails 47% of young athletes. Hinders the achievement of the planned results of misunderstanding the requirements of the coach and the inability to manage adequately the performance of your body during competition. Also prevents excessive self-confidence, low mood to specific performance and distraction.

Key words: motivation, competitive activity, achievements in sports, the young athletes motivation of young athletes.